



**ເມື່ອຮອດເຮືອນ
ອາບນ້ຳທັນທີ**

○ ○ ○ ●

ການອາບນ້ຳ
ຊ່ວຍຊໍາລະລ້າງ
ເຊື້ອພະຍາດທີ່ຕິດນໍາຕົນໂຕ
ປ້ອງກັນການແຜ່ເຊື້ອ
ໄປຍັງຄົນໃນຄອບຄົວ



**ຖ້າມີອາການ
ຜິດປົກກະຕິ
ຮີບແຈ້ງ
ຫົວໜ້າງານ**

○ ○ ○ ●

ມີໄຂ້ ໄອແຫ້ງ ອ່ອນລ້າ
ຫາຍໃຈລໍາບາກ ດື່ມກິ່ນ
ແລະ ລິ້ນຮັບລຶດຊາດໄດ້ບໍ່ດີ

**ຈຸດສ່ຽງຮັບເຊື້ອ
ຈິບແລ້ວ ຕ້ອງຮີບລ້າງມື**



ລູກບົດ



ຂຶ້ນໄດ



ປຸ່ມສະຫຼັບ



ທໍ່ນ້ຳ

**ຕ້ອງການຄໍາແນະນໍາເພີ່ມເຕີມ
ຕິດຕໍ່ ກົມຄອບຄຸມພະຍາດ
ໂທ. 1422**

**ໂຮງງານຂອງພວກເຮົາ
ແມ່ນຈະປອດໂຄວິດ-19
ຖ້າພວກເຮົາຊ່ວຍກັນ
ປະຕິບັດດັ່ງນີ້**





ໃສ່ຜ້າອັດປາກ ອັດດັງໃຫ້ແໜ້ນ

○○○●

ອັດດັງ ປາກ
ໃຫ້ແນບແນ່ນ

ລ້າງມືເປັນປະຈຳ

○○○●

ດ້ວຍເຈວ ຫຼື ສະບູ
ໂດຍສະເພາະ
ກ່ອນກິນເຂົ້າ
ແລະ ຫຼັງຈາກ
ເຂົ້າຫ້ອງນໍ້າ

ໄລຍະພັກ ບໍ່ຈັບກຸ່ມກັນ

○○○●

ຢູ່ຫ່າງກັນ 1-2 ແມັດ
ປ້ອງກັນການແພ່ເຊື້ອ

ກິນເຂົ້າຈານໃຜ ຈານນັ້ນ

○○○●

ຖ້າຊິກິນນໍາກັນ
ຕ້ອງມີ
ບ່ວງກາງສ່ວນໂຕ

ທຸກຄາບ ຕ້ອງປຸງສຸກ

○○○●

ບໍ່ປິນອາຫານ
ທີ່ເຢັນແລ້ວຫຼືດິບ
ສ່ຽງຕໍ່ເຊື້ອພະຍາດ
ປະປິນ

ຫຼັງເລີກອຽກ

○○○●

ບໍ່ກິນດື່ມຊຸມແຊວ
ປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອ
ແລະຍິ່ງປະຢັດເງິນ

